

# Les cyclos en formation sécurité et médicale

Le Comité départemental de cyclotourisme de la Moselle a organisé à Faulquemont une journée de formation à la sécurité et aux bienfaits de la pratique du vélo.

Tous les délégués sécurité des clubs (DSC), ainsi que les dirigeants des quatre départements lorrains ont été conviés à cette journée. C'est ainsi que 57 personnes ont partagé et échangé leur expérience, dans une ambiance sympathique, à la salle socio-culturelle du Herrenwald. Le programme proposé par les responsables du comité de la Moselle était riche et varié. Après un exposé sur les bienfaits de la pratique du vélo sur la santé, Jean-Pierre Thomé, responsable du club Cœur et santé de Faulquemont a sensibilisé les participants à la manipulation d'un défibrillateur automatisé qu'ils peuvent un jour être amenés à utiliser.

## Un défibrillateur, comment ça marche ?

« La défibrillation consiste à délivrer un courant électrique dans le cœur » a expliqué M. Thomé. « En France, on compte 40 000 à 60 000 morts par arrêt cardiaque chaque année, soit 200 morts par jour. Si un massage cardiaque et un défibrillateur étaient utilisés pour la réanimation dans les cinq premières minutes après l'arrêt cardiaque, on passerait à 30 % de chances de survie sans séquelles. Le délai d'interven-



Les responsables départementaux de la Moselle et Jacques Raczkiewicz, président du CoDep Moselle ont accueilli cinquante-sept participants à la journée d'information à la sécurité à vélo et aux aspects médicaux engendrés par la pratique du vélo. Photo RL

tion des équipes d'urgence étant en moyenne de 7 à 8 minutes, l'idéal serait que les proches ou témoins de la victime puissent réaliser directement cette défibrillation dans les 5 minutes suivant l'accident, afin d'augmenter les chances de survie. « Bien entendu, l'appel des secours reste une priorité dès que l'on constate un arrêt respiratoire. Il faut composer le 15, le 18 ou le 112 » a rappelé l'intervenant. La matinée s'est terminée sur des rappels et conseils de sécurité dans le domaine de

la circulation à vélo sur route, pistes cyclables et bandes. "Partageons la route", était le fil conducteur de cette partie du programme.

## Les actions des délégués sécurité club

Après le repas pris en commun, la journée s'est poursuivie par la présentation d'exemples types de situations à risque sur les routes, dues aux comportements des cyclos et automobilistes, et aux infrastructures routières en place. Le rôle et

les attributions du délégué sécurité club ont été largement présentés et commentés tout au long de l'après-midi. Les nombreux délégués sécurité présents ont suivi avec beaucoup d'intérêt les informations fournies. « Il faut dire que ce n'est pas tâche facile que de s'occuper de la sécurité des groupes en randonnée et de veiller à l'intégrité physique de nos cyclos en balade » observe un participant. Ce fut également l'occasion de parler des assurances que les cyclotouris-

tes peuvent et doivent contracter pour leurs déplacements ou organisations. Pour finir le programme, le montage d'un dossier de subvention sécurité a été largement expliqué.

La journée de travaux s'est achevée par un ensemble de questions et réponses et de présentations de projets divers de la Fédération française de cyclotourisme dans les départements.

Le pot de l'amitié a clos cette formation fort appréciée par l'ensemble de l'assistance.